

Degmada San Diego

Hagaha Dabaalgeda Fasaxa Jiilaalka inta lagu jiro Faafida COVID-19

Si loo yareeyo faafida COVID-19 loo xaqiijiyo in badqabaan inta lagu jiro Dabaalgeda fasaxa Jiilaalka, Degmada San Diego waxay bixinaysaa hagid oo loogu talagalay waxqabayada ugu badan ee la sameeyo:

Waxqabadyada Fasaxa Jiilaalka

Lagu taliyey

- Ku adeegashada qadka onlaynka ee loogu talagalay haddiyadaha maalmaha fasaxa ama haddiyadaha kaarka, iyo waxqabadyada onlaynka.
- Munaasabadaha gaari ku adeegashada ama dhoolatus rogal celinta iyadoo uu ka qeybgalayaasha uusan ka dageyn gaarigiisa.
- Ku dir casho horey-loo-sameeyey ama maadooyinka toos qadka onlayn ka adeegyo raashiin gaarsiin oo si wadajir ah ugu cuna sheeda.
- Sadaqo waxqabadka cuntada oo ku deeq cunto meelaha cunto qeybinta iyadoo gaariga la saaran yahay, meelaha maxaliga adigoo gaariga saran ama deeq-ururinta kaydka cuntada.
- Filimada loogu talagalay habeenada maalmaha-fasaxa ama mawduuca-jiilaalka ee aad reerkaaga la qaadaneysa.
- Qaado talaalka hargabka si aad uga hortagto una yareeyo caqabadaha kaaga imanaya fayraska hargabka ama COVID-19.

Aan Lagu Talinin

- Xarumo [kasta loogu talagalay Xakameynta iyo Kahortaga Cudurada \(CDC\) tixgelinta socdaalka](#), socdaalka waxa uu kordhiyaa fursada uu COVID-19 ku kordhayo kuna faafayo. Guriga oo la joogo ayaa ah sida ugu wanaagsan aad uga hortagi karto naftaada iyo dadka kale.
- Shaqsiyan, waxqabadyada dabaalgeda guriga gudhiisa, heesida, ama masraxad cod ahaan lagu matalinaayo sababtoo ah waxaa adag kala fogaanshaha 6 dhudhun in isu jirta waxqabadyadanina waxay kordhinayaan halista ka iman kareysa isu gudbinta cudurka COVID-19.

Lama Oggola

- Waax [kasta ee hagaha Caafimaadka Dadweynaha California \(CDPH\)](#), munaasabadaha shaqsiga ah ama xafladaha in ka badan 3 reer lama oggola, xittaa haddii ay sameeyaan banaanka. Xusuusnow, intey tirada dadka isu imaanshaha yar yihiin, ayey badbaado badan tahay.
- Meerijaanada, dabaalgeda iyo baashaalka tooska ah lama oggola sababtoo ah isdhexgalka aadka isugu dhow wuxuu siyaadiyaa halista caabuqa.
- Kabaha barafka loogu carrao lama oggola waayo waxay soo dhoweynayaan marti badan oo ka kala yimaada reero kala duwan halkaasoo ay adag tahay ku adkeysiga ugu yaraan 6dhudhun.

Si kaloo Ka badbaado roon

Waxqabadyada fasaxa jiilaalka oo badanayaa wuxuu noqon karaa halista faafida fayraska oo sarreysa. Waxaa jira siyaabo kale oo ka badbaado roon oo lagu dabaaldegoo waxayna isugu jiraan sidan soo socota:

- Cayaaro iyo waxqabadyo kala fog si loogu bedelo baashaalka dhaqanka ee shaqsiga ah.
- Ku kaxeeynta xubnaha reerkaaga aad gaarigaaga kukaxeeyso si ay u soo daawadaan nalalka iyo qurxinta maalmaha fasaxa.
- Ka qeybgal orodka, baaskiil wadista, ama mooto wadista loogu talagalay fasaxa maalmaha jiilaalka ama sheeda mawduuca fasaxa.
- Doolatus doomaysi oo ay [la jiraan hagaha gobolka iyo](#) hab maamuuska [dib u furida ee sameynta doomeysiga](#).
- Booqo Santa, ama goobaha kale ee fasaxa ee ku yaala meelaha bixiya keliya waayo-aragnimo.
- Hadiyado isdhaafsiya u dhexeeya 3 reer ama ka yar, halkaasoo kasoo qeybgalayaasha ay raaci karaan tallaabooyinka kahortaga ee xilliga hore siinta iyo aqbalaada haddiyadaha, iyadoo isha lagu hayo hagaha isu imaatinka gaarka ah ee gobolka.

Tallaabooyinka Kahortaga Shaqsiyanka ah

Si kasta aad ugu dabaaldegeysa, fadlan sii wad inaad raacdo [amarka Caafimaadka Dadweynaha Degmada San Diego](#), [Waaxda CDPH Hagaha Maalmaha Fasaxa Caafimaadka Dadweynaha California](#), iyo Hagaha [Maalmaha fasaxa CDC](#). Si loo badbaado inta lagu jiro xilliga fasaxa jiilaalka 2020, fadlan xusuusnow inaad:

- Dhaqdo ama jeermistirto gacmahaaga badanaa, oo si joogto ah u nadiifi walxaha la taabto markasta.
- Ka fogow isudhowaanshaha ka joog ugu yaraan 6 dhudhun in u jirta dadka kale oo aan qeyb ka aheyn qoyskaaga.
- Ka fogow meelaha guddaha ah oo aan kuu oggolaaneen kala fogaansho fudud oo ugu yaraan dhan 6 dhudhun oo u dhexeysa [adiga iyo dadka](#) kale oo raac hagaha gobolka ee isu imaanshaha meel guddaha ah ugu yaraan ilaa 3 reerood.
- Si saxahu [xiro weji dabool munaasab](#) ah oo daboolaya afkaaga iyo sanakaaga markaad joogto meel banaanka ka ah gurigaaga dad kale joogaan oo aan reerkaaga aheyn.
- Gurigaaga joog oo dadka kale ka fogow haddaad xanuunsan tahay, aad qabto calaamadaha COVID-19, ama aad la xiriirtay qof la jiran ama qaba calaamadaha COVID-19.
- Raac tilmaamaha haddii laguugu taliyo inaad [isgo'doomiso ama aad iskarantiisho](#).

Wixii su'aalo ah, [fadlan](#) la xiriir SafeReopeningComplianceTeam@sdcounty.ca.gov.



La casriyeeey 11-18-2020

www.coronavirus-sd.com

